

総合型地域スポーツクラブ連携促進事業を活用し 4地域でイベントが実施されました！

岩国市

10月4日（土）に、岩国市連絡協議会主催の「ニュースポーツ体験・部活動地域展開についての勉強会」が行われました。

体験では、モルック・ピックルボール・カローリング・顔ヨガが用意され、参加者自身がやりたいことを選択する形でした。最近話題となっているピックルボールを体験してみたいという方が多くおられ、参加者は、指導者に教わりながら楽しく汗を流していました。モルックは、数年前に新たなニュースポーツとして話題となり、今では多くの方に知られているのではないのでしょうか。ルールがわかりやすく、老若男女、障害の有無問わず誰もが楽しむことができ、とても盛り上がっていました。カローリングは、カーリングを屋内で手軽に楽しめるように考案されたもので、底面に車輪がついているジェットローラーと呼ばれる円盤を投げて得点を競います。ジェットローラーがよく滑るので、力加減が難しそうでした。顔ヨガは、ゆうスポーツクラブで月1回の定期講座として実施されている、顔の表情筋を鍛えストレッチする表情筋トレーニングです。家でできる方法を教わり、止めてしまうとさらにたるんでしまうことが唯一のデメリットで、継続して行うことが大事であるとお話されていました。部活動地域展開についての勉強会は、スポーツ庁地域スポーツクラブ活動アドバイザーで、群馬県のNPO法人新町スポーツクラブ理事長の小出利一氏を講師として招き、由宇中学校の生徒も参加し行われました。小出氏からは、地域展開は中途半端な外部委託で済ませるのではなく、中学生の考えなど聞き、地域で多世代が関わる持続可能な仕組みづくりが重要であるという提言がありました。また今後は、責任所在やガバナンス、保険や安全管理等もクラブにとって重要となり、ボランティアであっても法的な責任が伴う事や、法人格取得



萩市

10月5日（日）、秋晴れの下、萩市総合型地域スポーツクラブ連絡協議会主催による「グラウンド・ゴルフ大会2025」が開催されました。萩市総合型地域スポーツクラブ連絡協議会は、至誠館クラブとむつみスポーツ振興会の市内2つのクラブによって本年度から組織された協議会で、萩市教育委員会と連携しながら今回の連携促進事業を進めてきました。



わくわく（輪く和く）通信

山口県生涯スポーツ推進センターだより

Vol.64

2025年

11月

スポーツくじ



開会式では、来賓として出席された池田教育長が、萩市総合型地域スポーツクラブ連絡協議会の設立や2つの総合型地域スポーツクラブの力で本大会が開催されている等、大会の趣旨を参加者にしっかり説明されていました。

会場となった「陶芸の村公園」のグラウンド・ゴルフ場は、芝生が美しくとてもよく整備されており、城下町や日本海が見下ろせる素敵なコースが2コースありました。開会式終了後は、早速、参加した55名のプレーヤーが、日ごろの練習の腕前を競いながら2コース16ホールを回りました。途中、ホールインワンに歓声が上がる等、真剣な中にもお互いの健闘を称えながらプレーをしていました。また、本戦終了後は、ホールインワン賞のみ表彰される交流戦が、1コース8ホールのみ行われ、参加者同士の交流を深めていました。



交流戦終了後は、閉会式までの時間を利用して、モルック体験会が行われました。指導者のルール説明を聞きながら、初めてモルックを体験する方々もおられ、さらなる親睦や交流を図っていました。



閉会式では、8位入賞者に加え、飛び賞や当日賞、ホールインワン賞の表彰もあり、青空のもと、萩市の特産物等の賞品を手にした方々の笑顔がとても印象的でした。

下関市

10月19日（日）にセービング陸上競技場及び下関市総合体育館（J:COMアリーナ下関）を会場に、スポーツカーニバル2025が行われ、約300名の参加がありました。

このイベントは、市内の総合型クラブだけでなく、下関市レクリエーション協会や下関市パラスポーツサポートセンターと連携して実施されています。子ども対象の走り方教室やサッカー教室、シニア向けのグラウンド・ゴルフ大会、親子対象の親子体操、対象に制限のないモルック大会、エンジョイサッカー大会、フォークダンス体験、レクリエーション体験、パラスポーツ体験と、団体が連携することで幅広い世代へ多くのプログラムを提供することができていました。

走り方教室には、元第一生命女子陸上競技部の原田まつり氏、サッカー教室には、FCバレイン下関の選手が講師として招かれ、講師中心に教室は進められました。参加した子どもたちは、真剣な眼差しで話を聞き、一生懸命取り組んでいました。エンジョイサッカー大会は、参加者4名とFCバレインの選手2名でチーム編成されました。選手の技術を間近で感じながら必死にボールを追いかける姿や点を取ってハイタッチして喜ぶ姿など、選手と参加者がたくさん触れ合う機会が見られました。グラウンド・ゴルフ大会やモルック大会は、日頃の成果を発揮する機会となり、入賞チームには景品が用意されていたこともあり、盛り上がりを見せていました。親子体操は、今回初めて取り入れたプログラムで、曲に合わせて体操をしたり、マットを使って転がったりと親子で一緒に楽しく体を動かしていました。



参加者以外にも子どもの姿を見守る保護者やモルック大会の応援をする方など、多くの観客がおられ、終始にぎわいのあるイベントでした。

厚狭地域

厚狭地域連絡協議会主催のスポーツフェスタ 2025in 宇部が、10月26日（日）宇部市恩田運動公園にぎわい交流施設で行われました。厚狭地域連絡協議会は、宇部市・山陽小野田市・美祢市のクラブが所属しており、3市の輪番制でイベントが行われてきました。今回は宇部市が担当で、NPO法人 Goppo ええぞなクラブが中心となり進められました。

イベントには、木寺英史氏を講師に招き、「カラダにやさしい歩き方」というテーマで、講演と実技が行われました。参加者のうち70代以上が80%を占め、シニアほど歩きに関心が高いことが感じられました。



木寺氏は、元九州共立大学教授で、なみあし身体研究所の代表をされており、32年前から歩きの実践研究をスタートされています。講義では、現代人の歩き方はカラダに負荷をかける歩き方であり、明治初期以前には1日50kmは平気で歩いていたことから、この歩き方を取り入れるとよいことや、自分自身の足の怪我という経験から基本となる歩きから変えようと思い、カラダ全体を調整して膝を曲げる

歩きをつくることに着目され、それをいろいろな場面で指導をした結果、膝痛や外反母趾の痛みが軽減したり、股関節の手術を回避することができたり等、自分では気づかない効果があることがわかったというお話がありました。実技では、講義を踏まえ、歩く時は脱力が大事ということから、足のストレッチや気功のスワイショウの動きを全員で行いました。その後、2人1組になって足先が内か外に向く方向で力の入り方が違う事を実感し、足の運びや体の向き等の違いによる歩きやすさを体験する等、参加者は最後まで真剣に取り組まれていました。

参加者からは、「実技もあり大変楽しい研修だった。少しでも明日から実践していきたいと思う。」などの感想や、中には「時間が短かった」との声もあったようです。笑顔で帰られる参加者の姿や感想からも、充実したイベントとなったことがうかがえました。



～ ご 紹 介 ～



プロダンサー 元Dragon AshダンサーDRIーV（ドライブ）さん監修・出演による教材型DVDを県内の総合型地域スポーツクラブ、保育所、幼稚園へ配付させていただきました。皆さまのクラブにも届いていることかと思えます。このDVDは、早い時期から楽しみながら身体を動かすことを体験してもらう教材として活用していただき、子どもの体力向上と将来にわたり継続して運動することにつなげていきたいという思いから、国庫補助事業 地域スポーツクラブ推進体制基盤強化事業も活用して作成いたしました。

ダンス教室で実際に踊ってみたり、運動前の準備運動として取り入れたりしてみてもいいでしょうか。また、シニア向けの健康体操用にアレンジしたりすることも可能だと思います。ぜひご活用いただければ幸いです。

実際に踊ってみた動画は👉下記URLからご覧いただけます。

👉 https://youtu.be/UnYAH0kYL2c?si=2Az-eK_6dc3csJOV

祝

※ 令和7年度生涯スポーツ功労者表彰（文部科学大臣表彰）

地域又は職域におけるスポーツの健全な普及及び発展に貢献し、地域におけるスポーツの振興に顕著な成果をあげたスポーツ関係者として、一般社団法人菊川スポーツクラブ（下関市）井上登代子氏が受賞されました。

※ 令和7年度山口県スポーツ功労賞

スポーツの振興に顕著な功績のあったスポーツ団体として、白鳥健康教室（宇部市）が受賞されました。

研 修 会 情 報

中国ブロッククラブネットワークアクション2025

日 時：2025年12月6日（土）13：00～17：30 [12：30～受付]

7日（日）9：30～12：30 [9：00～受付]

会 場：岡山城 不明門（あかずのもん） 岡山県岡山市北区丸の内2-3-1

申 込：<https://forms.office.com/r/RizHWpyyfa> 申込期限：11月14日（金）17：00

※6月に実施されました山口県連絡協議会総会にて、今年度も標記研修会参加にかかる実施協力金について、1人あたり2,200円を助成することが決定しております。

参 加 区 分	金 額	県連絡協議会助成後
SC全国ネットワーク登録クラブ関係者	2,200円／人	0円／人
SC全国ネットワーク未登録クラブ関係者 （創設準備中団体を含む）	4,400円／人	2,200円／人

総合型クラブ未来カフェ

日 時：2026年1月28日（水）13：30～16：30 [13：00～受付]

場 所：防長苑 2階 孔雀 山口市熊野町4-29

講 師：神戸親和大学 松田雅彦教授

内 容：講演・グループワーク

※申込等は後日改めてご案内いたします

地域指導者養成講習会 ACPブラッシュアップ研修会

日 時：2025年12月14日（日）10：00～16：30 [9：30～受付]

場 所：YMfg 維新セミナーパーク 山口市秋穂二島1062

申 込：指導者マイページ ⇒ https://account.japan-sports.or.jp/sign_in

Google フォーム ⇒ <https://forms.gle/hHrbAz7imt1zBHS87>

申込期限：12月3日（水）

【問い合わせ先】

央部生涯スポーツ推進センター（山口県スポーツ協会）
TEL 083-933-4697 FAX 083-933-4699

スポーツクラブ

WINNER

toto

BIG

クラブアドバイザーは、スポーツ振興くじ（toto）助成を受けて活動しています。